

**HUBUNGAN ANTARA RELIGIUSITAS DAN
KEKUATAN KARAKTER DENGAN KEBAHAGIAAN
PADA MAHASISWA**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi
Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)
Pada Fakultas Ushuluddin Dan Studi Agama

Oleh:
Rini Putriani
1731080140

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
2021 M/1442 H**

**HUBUNGAN ANTARA RELIGIUSITAS DAN
KEKUATAN KARAKTER DENGAN KEBAHAGIAAN
PADA MAHASISWA**

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi
Syarat-Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)
Pada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama

Oleh:
Rini Putriani
1731080140

Program Studi : Psikologi Islam
Pembimbing I : Drs. M. Nursalim Malay, M. Si
Pembimbing II : Iin Yulianti, MA

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
2021 M/1442 H**

ABSTRAK

Hubungan Antara Religiusitas Dan Kekuatan Karakter Dengan Kebahagiaan Pada Mahasiswa

Oleh : Rini Putriani

Kebahagiaan adalah kesenangan dan ketenteraman hidup yang dialami oleh seseorang individu yang mengandung unsur peristiwa menyenangkan dan cenderung melupakan peristiwa yang tidak menyenangkan. Kebahagiaan juga dapat dipengaruhi oleh banyak faktor antara lain religiusitas dan kekuatan karakter. Rumusan masalah pada penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dan kekuatan karakter terhadap kebahagiaan. Tujuan pada penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara religiusitas dan kekuatan karakter dengan kebahagiaan.

Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah mahasiswa UIN Raden Intan Lampung yang bermukim di asrama Ma'had Al-jami'ah semester 4 dengan jumlah sampel sebanyak 76 responden yang diambil dengan teknik sampel jenuh. Metode yang digunakan metode kuantitatif menggunakan skala kebahagiaan yang terdiri dari 26 aitem ($\alpha = 0.857$), Skala Religiusitas dari 28 aitem ($\alpha = 0.864$) dan skala kekuatan karakter yang terdiri dari 25 aitem ($\alpha = 0.814$). Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi linear berganda.

Hasil pada penelitian ini yaitu pertama, adanya hubungan antara religiusitas dan kekuatan karakter dengan kebahagiaan ($r = 0.783$) dengan koefisien determinan (R^2) sebesar 0.602. Kedua, adanya hubungan positif yang signifikan antara religiusitas dengan kebahagiaan ($r = 0,704$; $p = 0.000$). Ketiga, adanya hubungan positif yang signifikan antara kekuatan karakter dengan kebahagiaan ($r = 0,758$; $p = 0.000$). Sumbangan efektif yang diberikan variabel religiusitas terhadap kebahagiaan sebesar 21.3%, sedangkan kekuatan karakter terhadap kebahagiaan sebesar 40%. Maka dapat diartikan bahwa variabel kekuatan karakter lebih besar pengaruhnya daripada variabel religiusitas terhadap kebahagiaan.

Kata Kunci : Kebahagiaan; religiusitas; kekuatan karakter



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA

Alamat : Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. (0721) 703531, 780421

PERSETUJUAN

Judul : Hubungan Antara Religiusitas dan Kekuatan Karakter
dengan Kebahagiaan Pada Mahasiswa
Nama : Rini Putriani
NPM : 1731080140
Jurusan : Psikologi Islam
Fakultas : Ushuluddin dan Studi Agama

MENYETUJUI

Untuk dimunaqosyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munakaqosyah
Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. M. Nursalim Malay, M.Si
NIP. 196301011999031001

Iin Yulianti, MA
NIDN. 2009128002

Mengetahui
Kaprodi Psikologi Islam

Abdul Qohar, M.Si
NIP. 197103122005011005



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA

Alamat : Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. (0721) 703531, 780421

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul : **Hubungan Antara Religiusitas dan Kekuatan Karakter dengan Kebahagiaan Pada Mahasiswa** disusun oleh **Rini Putriani NPM :1731080140**. Program Studi : **Psikologi Islam**. Fakultas : **Ushuluddin dan Studi Agama**, telah dimunaqsyahkan pada hari, tanggal : **Selasa, 07 September 2021.**

TIM PENGUJI

Ketua : Abdul Qohar, M. Si

(.....)

Sekretaris : Annisa Fitriani, S.Psi, MA

(.....)

Penguji I : Supriyati, S.Psi, M.Si

(.....)

Penguji II : Drs. M. Nursalim Malay, M.Si

(.....)

Penguji III : lin Yulianti, MA

(.....)

DEKAN

Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama

Dr. M. Afif Anshori, MA

NIP.196003131989031004

PEDOMAN TRANSLITERASI

Mengenai *Transliterasi* Arab-Latin ini digunakan sebagai pedoman Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 158 Tahun 1987 dan Nomor 0543b/U/1987, sebagai berikut :

1. Konsonan

Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin
ا	A	ذ	Dz	ظ	Zh	م	M
ب	B	ر	R	ع	' (Koma terbalik di atas)	ن	N
ت	T	ز	Z			و	W
ث	Ts	س	S	غ	Gh	ه	H
ج	J	ش	Sy	ف	F	ء	` (Apostrof, tetapi tidak dilambangkan apabila terletak di awal kata)
ح	H	ص	Sh	ق	Q		
خ	Kh	ض	Dh	ك	K		
د	D	ط	Th	ل	L	ي	Y

2. Vokal

Vokal Pendek		Contoh	Vokal Panjang		Contoh	Vokal Rangkap	
— -----	A	جَدَلْ	ا	Â	سَارَ	Ai	يَ...
----- —	I	سَدِلْ	ي	Î	كَيْلْ	Au	وُ ...
و -----	U	نَكِرُ	و	Û	يَجُورُ		

3. Ta Marbutah

Ta marbutah yang hidup atau mendapat harakat fathah, kasroh dan dhammah, transliterasinya adalah /t/. Sedangkan ta marbutah yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah /h/. Seperti kata : Thalhah, Raudhah, Jannatu al-Na'im.

4. Syaddah dan Kata Sandang

Transliterasi tanpa syaddah dilambangkan dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu. Seperti kata : Nazzala, Rabbana. Sedangkan kata sandang “al”, baik pada kata yang dimulai dengan huruf qamariyyah maupun syamsiyyah. Contohnya: al-Markaz, al-Syamsu.



PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rini Putriani

Npm : 1731080140

Program Studi : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Religiusitas dan kekuatan Karakter dengan Kebahagiaan” merupakan hasil karya peneliti dan bukan hasil dari plagiasi dari karya orang lain. Apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiasi, maka peneliti bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb



Bandar Lampung,
Juli 2021

Rini Putriani
Npm.1731080140



MOTTO

Sukses bukanlah kunci menuju kebahagiaan. Kebahagiaan adalah kunci menuju kesuksesan.

Bila anda menyukai yang anda kerjakan, maka anda akan sukses.
(Albert Schweitzer)

وَابْتَغِ فِيمَا ءَاتٰكَ اللّٰهُ الدّٰرَ الْآخِرَةَ ۚ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ
مِّنَ الدُّنْيَا ۚ وَأَحْسِنَ كَمَا أَحْسَنَ اللّٰهُ إِلَيْكَ ۚ وَلَا تَبْغِ
الْفَسَادَ فِي الْأَرْضِ ۚ إِنَّ اللّٰهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ ﴿٧٧﴾

“Dan carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan bahagianmu dari (kenikmatan) duniawi dan berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik, kepadamu, dan janganlah kamu berbuat kerusakan di (muka) bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan” (Al-Qashas : 77).



HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah SWT karena telah memberikan kesempatan pada diri ini untuk hadir di tengah-tengah orang yang selalu memberikan do'a, semangat, dan keikhlasannya menemani dalam menjalankan kehidupan, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Dengan segala kerendahan hati skripsi ini saya persembahkan kepada :

1. Kedua orang tua ku tercinta ayahanda Teguh Imron dan almarhumah ibunda Sukarni yang dengan ketulusan hati, cinta dan kasih sayang yang selalu mendo'akanku, merawatku, mengajarku serta memberiku kasih sayang yang begitu tulus kepadaku, serta selalu memotivasi anaknya agar bisa menggapai cita-cita dan harapan yang diinginkan anaknya
2. Untuk kakak-kakaku yang sangat aku sayangi dan aku cintai, Toni, Dika, Sepri, Rinta, Putra, Anggi. Yang menjadi pelengkap kebahagiaan dan menjadi penyemangat dan memotivasi yang begitu besar bagiku agar cepat menyelesaikan tugas akhir ini.
3. Kakak-kakak iparku Rustiana, Della, Rika, Andi, Iis, Eka, terimakasih atas do'a dan dukungan, serta motivasi maupun materi yang kalian berikan kepadaku selama ini. Dengan kalianlah aku bisa berbagi pikiran dan masukan agar dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Untuk sahabatku yang selalu ada dan menerima diriku apanya dan selalu mengajarku disaat aku salah dan siap mendengarkan keluh kesahku dalam penyelesaian skripsi ini, Izam, Dini, Indah, Nanda, Natasya, Rina, Liona.
5. Terimakasih kepada Muhammad Fajri yang selalu ada dari pertama masuk perkuliahan hingga akhir perkuliahan ini yang selalu memberi dukungan hingga membantu untuk menyelesaikan skripsi ini.

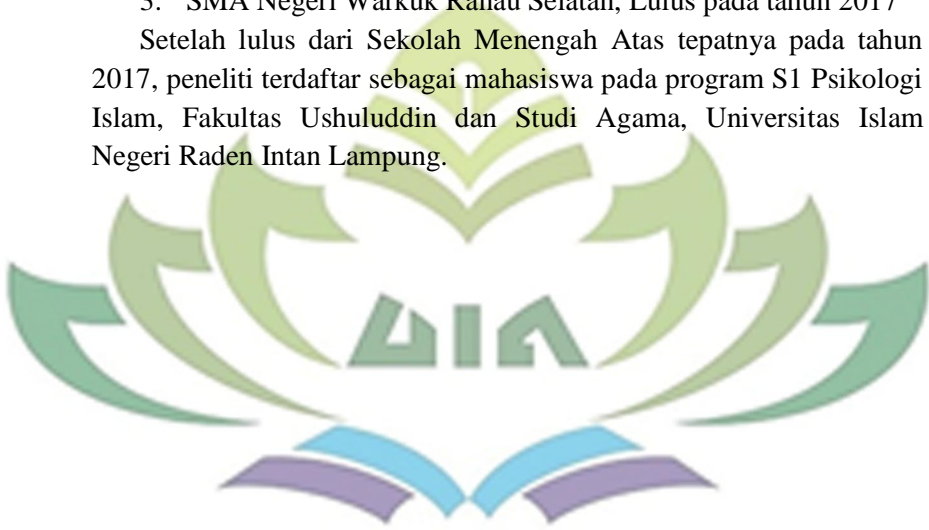


RIWAYAT HIDUP

Nama peneliti adalah Rini Putriani, dilahirkan di Ranau Oku Selatan pada tanggal 29 Januari 2000. Peneliti merupakan anak ke delapan dari delapan bersaudara dari pasangan Bapak Teguh dan Ibu Sukarni. Alamat tempat tinggal penelitian Desa Tanjung Jati, Rt 06, kec Warkuk Ranau Selatan, Kab. Oku Selatan. Berikut riwayat pendidikan peneliti :

1. MI Tarbiyatul Huda Tanjung Jati, Lulus pada tahun 2011
2. MTS Negeri Kota Batu, Lulus pada tahun 2014
3. SMA Negeri Warkuk Ranau Selatan, Lulus pada tahun 2017

Setelah lulus dari Sekolah Menengah Atas tepatnya pada tahun 2017, peneliti terdaftar sebagai mahasiswa pada program S1 Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.





KATA PENGANTAR

Bissmillahirrahmanirrahim.

Alhamdulillahirobbil'alamin. Segala puji dan syukur kehadiran Allah SWT atas berkah, rahmat dan hidayah-Nya yang senantiasa dilimpahkan kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat dalam memenuhi gelar Sarjana Psikologi.

Penulis menyadari sepenuhnya, tanpa bimbingan dari berbagai pihak, tugas akhir skripsi tidak akan dapat diselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang tulus kepada :

1. Bapak Dr. H. M. Afif Ansori, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama
2. Bapak Abdul Qohar, M.Si selaku ketua Prodi Psikologi Islam. Yang senantiasa memberikan arahan, bimbingan, dan informasi penting dalam perkuliahan.
3. Ibu Annisa Fitriani, S. Psi, MA Selaku Sekretaris Prodi Psikologi Islam sekaligus selaku pembimbing akademik peneliti yang telah meluangkan waktu serta memberikan bimbingan dan arahan dalam hal permasalahan perkuliahan dari semester awal hingga semester akhir.
4. Bapak Drs. M. Nursalim Malay, M.Si selaku pembimbing I dan Ibu Iin Yulianti, MA selaku pembimbing II yang sudah meluangkan waktu untuk mendampingi penulis dan memperbaiki kekurangan-kekurangan dalam penyusunan skripsi ini dengan penuh kesabaran.
5. Ibu Supriyati, S.Psi, M.Si selaku penguji utama disidang skripsi saya terimakasih telah memberikan masukan-masukan serta apa saja yang harus saya perbaiki di skripsi ini
6. Bapak Ibu Dosen Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang telah mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan kepada peneliti selama proses perkuliahan.

7. Mahasantri Ma'had Al-Jami'ah UIN Raden Intan Lampung angkatan 2019 yang telah membantu dan ikut serta menjadi subjek dalam penelitian ini.
8. Keluarga besarku, terimakasih telah mendukung dan memotivasi untuk dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Seluruh teman-teman psikologi angkatan 2017 khususnya kelas D yang telah berjuang bersama pada masa perkuliahan, serta telah memberikan kenangan indah yang tak terlupakan kepada penulis.
10. Teman-teman seperbimbingan yang telah memberikan dukungan dan kebersamaan serta motivasi.
11. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan namanya satu persatu yang berjasa membantu baik secara moril dan materi dalam penyelesaian skripsi ini.

Peneliti berharap kepada Allah SWT semoga apa yang telah mereka berikan dengan segala kemudahan dan keikhlasan akan menjadi pahala dan amal yang barokah serta mendapatkan kemudahan dari Allah SWT. Aamiin.

Bandar Lampung, Juli
2021

Rini Putriani
Npm. 1731080140

ABSTRAK	iii
PERSETUJUAN.....	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI.....	v
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	vii
MOTTO	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN	ix
RIWAYAT HIDUP	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR BAGAN.....	xiii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Latar Belakang Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Kajian Penelitian Terdahulu.....	8

BAB II Tinjauan Pustaka

A. Kebahagiaan	11
1. Pengertian Kebahagiaan.....	11
2. Aspek-Aspek Kebahagiaan	13
3. Faktor - faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan ...	15
4. Kebahagiaan Menurut Perspektif Islam	19
B. Religiusitas	21
1. Pengertian Religiusitas.....	21
2. Aspek-Aspek Religiusitas	23
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Religiusitas	25
C. Kekuatan Karakter	26
1. Pengertian Kekuatan Karakter	26
2. Aspek-Aspek Kekuatan Karakter	28
3. Faktor-Faktor Kekuatan Karakter	29
D. Hubungan antara Religiusitas dan Kekuatan Karakter Terhadap Kebahagiaan	30
E. kerangka Pikir.....	32

F. Hipotesis	24
--------------------	----

BAB III METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian	35
1. Variabel Terikat	35
2. Variabel Bebas	35
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	35
1. Kebahagiaan.....	35
2. Religiusitas.....	35
3. Kekuatan Karakter	36
C. Subyek Penelitian	36
1. Populasi.....	36
2. Teknik Sampling	36
3. Sample	37
D. Teknik Pengumpulan Data	37
1. Skala Kebahagiaan.....	38
2. Skala Religiusitas.....	39
3. Skala Kekuatan Karakter.....	40
E. Validitas Dan Realibilitas	41
1. Validitas	41
2. Reliabilitas	41
F. Metode Analisi Data	42

BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kancan Persiapan Penelitian	43
1. Orientasi Kancan.....	43
2. Persiapan Penelitian	44
B. Pelaksanaan Penelitian	51
1. Deskripsi Statistik Antar Variabel Penelitian	51
2. Katagorisasi Skor Variabel Penelitian	52
3. Hasil Uji Asumsi.....	52
4. Uji Hipotesis	52
C. Pembahasan	53

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....	73
B. SARAN	74

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN





DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skor Skala Variabel.....	38
Tabel 3. 2 Blueprint Skala Kebahagiaan.	39
Tabel 3. 3 Blueprint Skala Religiusitas	40
Tabel 3. 4 Blueprint Skala Kekuatan Karakter	41
Tabel 4. 1 Distribusi Aitem Skala Kebahagiaan Sebelum Try Out.....	45
Tabel 4. 2 Distribusi Aitem Skala Religiusitas Sebelum Try Out....	46
Tabel 4. 3 Distribusi Aitem Skala Kekuatan Karakter Sebelum Try Out	47
Tabel 4. 4 Hasil Seleksi aitem Kebahagiaan.....	48
Tabel 4. 5 Hasil Seleksi Aitem Religiusitas	49
Tabel 4. 6 Hasil Seleksi Aitem Kekuatan Karakter	50
Tabel 4. 7 Distribusi Aitem Skala Kebahagiaan Sesudah Uji Coba	50
Tabel 4. 8 Distribusi Aitem Skala Religiusitas Sesudah Uji Coba	51
Tabel 4. 9 Distribusi Aitem Skala Kekuatan Karakter Sesudah Uji Coba	51
Tabel 4. 10 Deskripsi Statistik.....	53
Tabel 4. 11 Katagorisasi Skor Variabel Kebahagiaan	56
Tabel 4. 12 Katagorisasi Skor Variabel Religiusitas	57
Tabel 4. 13 Katagorisasi Skor Variabel Kekuatan Karakter	58
Tabel 4. 14 Hasil Uji Multikolinearitas	61
Tabel 4. 15 Hasil Uji Linearitas Kebahagiaan dengan Religiusitas	64
Tabel 4. 17 Hasil Uji Regresi Berganda Signifikan Nilai F	65
Tabel 4. 18 Hasil Uji Koefisien Regresi Religiusitas dan Kekuatan Karakter Terhadap Kebahagiaan	65
Tabel 4. 19 Hasil Persamaan Regresi Variabel X_1 X_2 Y.....	65



DAFTAR GAMBAR

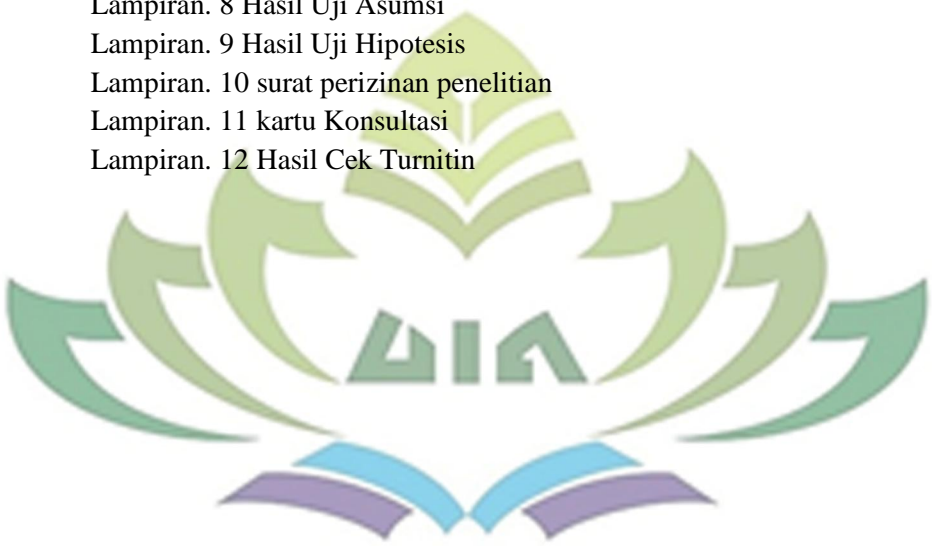
Gambar 1. Karakteristik Responden Penelitian	55
Gambar 2. Diagram Katagorisasi Skor Variabel Kebahagiaan	56
Gambar 3. Diagram Katagorisasi Skor Variabel Religiusitas	57
Gambar 4. Diagram Katagorisasi Skor Variabel Kekuatan Karakter	58
Gambar 5. Histogram	59
Gambar 6. Q-Q Plot Test.....	60
Gambar 7. Scatterplot.....	62





DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran. 1 Rancangan Skala Penelitian
- Lampiran. 2 Distribusi Data Uji Coba
- Lampiran. 3 Validitas dan Realibilitas Hasil Uji Coba Skala
- Lampiran. 4 Skala Penelitian
- Lampiran. 5 Data Skor Penelitian
- Lampiran. 6 Tabulasi Data Penelitian
- Lampiran. 7 Data Subjek Penelitian
- Lampiran. 8 Hasil Uji Asumsi
- Lampiran. 9 Hasil Uji Hipotesis
- Lampiran. 10 surat perizinan penelitian
- Lampiran. 11 kartu Konsultasi
- Lampiran. 12 Hasil Cek Turnitin





DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Kerangka Pikir	32
-------------------------------	----





BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kebahagiaan menjadi masalah yang penting selama masa perkembangan di dalam kehidupan manusia. Tidak ada yang menyangka bahwa kebahagiaan merupakan salah satu hal yang diidamkan (Headley dan Wearing, 1992). Individu yang bahagia akan mampu beradaptasi dengan baik dan cenderung lebih sukses dalam berbagai bidang, seperti sosial kesehatan pemecahan masalah dan lainnya (Eid dan Larsen, 2008).

Ika (2017) menjelaskan bahwa Pada setiap tingkatan usia pun ada saat-saat yang membahagiakan maupun yang tidak membahagiakan di dalam hidupnya (Hurlock, 1999). Penelitian mengenai usia dan kebahagiaan belum secara spesifik terlibat dalam ranah psikologi. Namun dalam hal ini, usia menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kebahagiaan. Fukuda (2013) berpendapat bahwa pada usia 18 - 55 tahun kebahagiaan individu tanpa menurun, dan kemudian kembali meningkat pada usia 56-69 tahun, lalu mulai stabil pada usia 70 sampai 79 tahun. Berbeda halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh Fritjers dan Beaton (2012), ahli ekonomi tersebut mengatakan bahwa pengaruh usia terhadap kebahagiaan tampak sebagai pola berbentuk U. Pola tersebut mengatakan bahwa perasaan bahagia yang stabil terjadi pada usia 20 hingga 55 tahun dan mulai meningkat perasaan bahagianya hingga puncak usia 67 tahun, kemudian terjadi penurunan yang drastis di usia 75 tahunan yang terjadi karena efek stres akibat penurunan kesehatan.

Setiap individu pasti memiliki tujuan yang sama dalam hidupnya. Salah satu tujuan tersebut adalah tercapainya kebahagiaan. Richards (Maharani, 2012) menjelaskan bahwa tujuan hidup tertinggi yang diinginkan individu salah satunya adalah menjadi bahagia dan hidup berkecukupan. Kekayaan yang dimiliki membuat individu merasa memiliki segala sesuatu yang diinginkan. Melalui terpenuhinya kebutuhan, maka tercapailah suatu kepuasan berupa kebahagiaan yang diimpikan. Kebahagiaan yang dirasakan individu memunculkan

kepuasan dan kedamaian di kehidupan. Semakin tinggi harapan dan kebutuhan individu, serta semakin banyak yang dapat diraih, maka hal tersebut membuat individu lebih bahagia.

Menurut Seligman (2005) kebahagiaan merupakan perasaan positif yang akan mendorong seseorang untuk melakukan berbagai tindakan yang positif. Kebahagiaan sebagai konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta aktivitas positif yang tidak memiliki komponen perasaan negatif, misalnya ketika individu terlibat dalam kegiatan yang sangat disukai. Seligman (2005), seorang pendiri aliran *positive psychology*, mendefinisikan kebahagiaan sebagai kumpulan emosi positif yang dirasakan individu dan aktivitas positif yang disukai individu tersebut.

Ariska (2020) menjelaskan bahwa telah banyak penelitian yang dilakukan berkaitan dengan makna kebahagiaan, akan tetapi penelitian tentang makna kebahagiaan itu penting untuk dilakukan karena kebahagiaan merupakan pengharapan tertinggi yang ingin dicapai oleh setiap individu tidak terkecuali pada mahasiswa. Penelitian yang dilakukan oleh Patnani (2012) menunjukkan bahwa sumber kebahagiaan pada kaum perempuan yang paling penting adalah keluarga. Tingkat rasa bahagia yang paling tinggi ditemukan pada kaum perempuan. Sementara untuk komponen kebahagiaan yang konsisten dalam mendukung kebahagiaan adalah kognisi yang positif dan pengendalian.

Menurut Hurlock (2003) kebahagiaan timbul karena adanya pemenuhan harapan dan kebutuhan, karena harapan dan kebutuhan individu berbeda-beda, sehingga kebahagiaan bisa dianggap sebagai sesuatu yang bersifat subjektif.

Selanjutnya untuk memperoleh data peneliti melakukan wawancara dengan mahasiswa UIN Raden Intan Lampung semester 1 dan semester 3 yang berinisial M, S, V dan A pada tanggal 18 Desember 2020 melalui media sosial yaitu *whatsapp* yang berkenaan dengan kebahagiaan dan hasil wawancara yang didapatkan dari mahasiswa tersebut.

Pertama dilakukan wawancara pada mahasiswa semester 1 yang berinisial M. Ia mengatakan bahwa kebahagiaan itu

perasaan emosi yang positif yang timbul karena keadaan pikiran dan perasaan seseorang sebab karena adanya sesuatu yang bisa memenuhi kepuasan dirinya sendiri seperti kesenangan, percintaan, dan psikisnya yang sedang merasa tenang. Ia juga mengatakan bahwa dirinya sedang tidak bahagia, karena masih ada beban yang belum terpenuhi. Dan ia yakin jika bebannya sudah terpenuhi akan merasa bahagia. Untuk kejadian masa lalu nya ia sudah merasa puas karena bisa menjadi patokan untuk kedepannya.

Kedua dilakukan wawancara pada mahasiswa semester 1 berinisial S. Ia mengatakan bahwa kebahagiaan itu sesuatu hal yang bisa dia lakukan sehingga membuat hatinya tenang. Ia juga mengatakan bahwa ia sedang tidak merasakan kebahagiaan itu, karena belum menemukan sesuatu kegiatan atau tempat yang membuat hatinya bisa tenang. Untuk kejadian masalalu nya ia mengatakan sudah merasa puas karena dia bisa masuk asrama walaupun bukan lulusan dari pondok.

Ketiga dilakukan wawancara pada mahasiswa semester 3 yang berinisial V. Ia mengatakan bahwa kebahagiaan itu sederhana cukup mensyukuri segala sesuatu yang telah terjadi dan ikhlas walaupun hal itu tidak menyenangkan bagi hidupnya jika ia ridho atas semuanya insyaallah hati akan merasa tenang. Dan dia juga mengatakan jika ia sudah merasakan kebahagiaan itu. Untuk kejadian masa lalu ia sudah merasa puas karena sudah membuktikan kepada orang-orang bahwa dia bisa berbahasa inggris.

Keempat dilakukan wawancara pada semester 3 yang berinisial A. Ia mengatakan bahwa kebahagiaan itu sesuatu yang tidak bisa diungkapkan, ketika bisa berkumpul bersama orang-orang yang bisa membuat ia nyaman, semangat, seperti keluarga dan sahabat. Untuk merasa bahagia ia sudah merasakan kebahagiaan itu, dan untuk kejadian masalalu nya ia sudah merasa puas karena pernah ikut lomba qiroatul qur'an.

Dari hasil wawancara tersebut maka dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan adalah emosi positif yang timbul karena keadaan pikiran dan perasaan seseorang yang membuat hati tenang, dengan cukup mensyukuri segala sesuatu yang telah

terjadi dan bisa berkumpul dengan keluarga dan orang-orang terdekat.

Menurut laporan Tingkat kebahagiaan negara-negara di dunia tercatat melalui *World Happiness Report* (WHR), yang merilis indeks kebahagiaan setiap tahunnya, menyebutkan jika mengambil rata-rata nilai index kebahagiaan dari tahun 2017 hingga 2019, Indonesia berada pada posisi 84, tertinggal dari negara tetangga Singapura, Filipina, Malaysia dan Vietnam. (WHO, 2019). Sedangkan menurut laporan 2020, Finlandia, Denmark, Switzerland, Island dan Norwegia adalah 5 negara yang paling bahagia dari 153 negara yang di survey. (<https://investor.id/lifestyle/tingkat-kebahagiaan-indonesia-tempati-peringkat-84-dunia>)

Berdasarkan perhitungan survei indeks kebahagiaan yang dilakukan oleh Tiara Syahra Syabani (2020) Indonesia berada pada angka 70,69. Disebutkan terdapat 24 dari total 34 provinsi yang memiliki nilai indeks kebahagiaan di atas angka nasional. Nilai indeks tersebut berkisar antara 70,69 hingga 75,68. Di lain sisi, nilai indeks kebahagiaan 10 provinsi yang berada di bawah angka nasional berkisar pada angka 70,61 hingga 67,52. Berdasarkan data tersebut ada lima provinsi yang memiliki nilai indeks tertinggi di atas 73,2 termasuk Maluku Utara. Sementara itu, lima provinsi dengan nilai di bawah angka nasional terendah salah satunya Lampung dengan nilai 69,51. (<https://www.99.co/blog/indonesia/provinsi-paling-bahagia-di-indonesia-ternyata-bukan-bali/>.)

Berdasarkan data diatas diperoleh bahwa tingkat kebahagiaan di Indonesia masih rendah terlebih khusus pada provinsi Lampung menempati posisi kedua terendah dengan nilai 69,51 setelah Jawa Barat. Maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti kebahagiaan pada Mahasiswa UIN Raden Intan Lampung.

Menurut Seligman (2005) faktor kebahagiaan dibagi menjadi dua yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi: kekuatan karakter, kepuasan terhadap masa lalu dan kepuasan terhadap masa sekarang. Faktor eksternal meliputi:

uang, pernikahan, kehidupan sosial, kesehatan, agama dan religiusitas, dan pendidikan.

Faktor internal lainnya adalah Religiusitas (Seligman, 2005). Kata *religi* merupakan kata serapan dari *religio* yang akar katanya *religare* yang bermakna mengikat. Kata *religi* pada dasarnya berisi aturan-aturan dan kewajiban-kewajiban yang tidak dapat ditinggalkan atau wajib ditunaikan yang bersifat mengikat dalam hubungan dengan rabbnya, sesama makhluk hidup, serta alam sekitar (Jalaluddin 2002). Menurut Daradjat 1992, dalam pengajaran religiusitas remaja terdapat faktor-faktor yang perlu diperhatikan adalah faktor perkembangan dan faktor lingkungan. Faktor perkembangan berhubungan dengan masa perkembangan psikis seseorang, sedangkan faktor lingkungan adalah faktor-faktor di luar diri seseorang yang mempengaruhi perkembangan kehidupan beragamanya.

Pengertian religiusitas berdasarkan dimensi-dimensi yang dikemukakan oleh Glock dan Stark (Ancok, 2005) adalah seberapa jauh pengetahuan, seberapa kokoh keyakinan, seberapa tekun pelaksanaan ibadah dan seberapa dalam penghayatan agama yang dianut seseorang. Selanjutnya Menurut Glock dan Stark (Robertson, 1988) religiusitas seseorang akan meliputi berbagai macam sisi atau dimensi. Dimensi keyakinan, dimensi praktik agama, dan dimensi pengalaman.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ranggayoni (2017) Dengan Judul Hubungan Religiusitas Dan Persahabatan Dengan Kebahagiaan Mahasiswa Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Gajah Putih Takengon. bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dan persahabatan dengan kebahagiaan pada mahasiswa. Seralas dengan penelitian sebelumnya yang pernah dilakukan oleh Ramadhan (2014) mengenai hubungan antara religiusitas terhadap kebahagiaan pada mahasiswa bidikmisi Universitas gadjah Mada mengemukakan hasil bahwa terdapat hubungan yang positif antara religiusitas dengan kebahagiaan pada mahasiswa bidikmisi Universitas Gadjah Mada.

Faktor eksternal lainnya yang mempengaruhi kebahagiaan adalah Kekuatan karakter (Seligman, 2005). Menurut Seligman dan Peterson (2004) menyatakan bahwa kekuatan karakter merupakan sifat yang positif yang terdiri dari karakter yang baik untuk menghadapi suatu kondisi tertentu, seperti saat menghadapi kesulitan. Karakter yang baik adalah kualitas dari diri individu yang membuat individu terus dipandang baik secara moral. Karakter positif tersebut dapat dilihat dari pemikiran, perilaku individu dan perasaan.

Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Park, Seligman dan Peterson (2004) menunjukkan bahwa kekuatan karakter yang merupakan sifat positif dari dalam diri seseorang yang mampu memberi kerjasama yang positif, salah satunya menjadikan individu sehat dan bahagia, memberikan petunjuk untuk menjalani hidup, menumbuhkan penerimaan diri yang baik, kesehatan fisik dan mental, menghargai orang lain dan dihargai, *metterial sufficiency*, serta keluarga yang serhat dan komunikasi yang baik. Terdapat banyak kekuatan karakter namun hanya beberapa saja yang dapat digunakan oleh seorang individu dalam situasi tertentu. Misalnya seseorang dihadapkan pada situasi sulit seperti kekurangan uang maka individu tersebut menekuni hal yang disukai yang menghasilkan uang lebih banyak, dan ketekunan termasuk di dalam kekuatan karakter yang ada di dalam virtue keteguhan hati (Peterson dan Seligman, 2013).

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Fahmi dan Zulmi (2014) mengenai profil kekuatan kerakter dan kebajikan pada mahasiswa berprestasi menunjukkan bahwa kekuatan karakter yang secara khas dan paling menonjol pada individu mahasiswa berprestasi adalah harapan, ketekunan dan spiritualitas.

B. Rumusan Masalah

“Adakah Hubungan Religiusitas dan kekuatan karakter dengan kebahagiaan pada mahasiswa?”.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan diatas, tujuan penelitian ini adalah:

1. Menganalisis Hubungan Religiusitas dengan kebahagiaan pada mahasiswa.
2. Menganalisis Hubungan kekuatan karakter dengan kebahagiaan pada mahasiswa.
3. Menganalisis Hubungan Religiusitas dan kekuatan karakter dengan kebahagiaan pada mahasiswa.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini adalah dapat memberikan manfaat yang positif baik dalam segi teoritis maupun praktis.

1. Teoritis
 - a. Dapat memberikan pengetahuan wawasan tentang psikologi khususnya psikologi perkembangan dan psikologi agama mengenai religiusitas dan kekuatan karakter dengan kebahagiaan pada mahasiswa.
 - b. Dapat dijadikan sebagai referensi dalam suatu penelitian selanjutnya.
2. Praktis
 - a. Bagi mahasiswa, bisa menjadi acuan untuk meningkatkan religiusitas, kekuatan karakter dan kebahagiaan mahasiswa yang tinggal diasrama.
 - b. Bagi institusi, sebagai bahan informasi pada pihak institusi akan pentingnya religiusitas dan kekuatan karakter dengan kebahagiaan pada mahasiswa.
 - c. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan rujukan dan pertimbangan bagi penelitian-penelitian selanjutnya.

E. Kajian Penelitian Terdahulu

Kajian penelitian terdahulu bertujuan untuk mendapatkan bahan perbandingan serta acuan bagi penelitian yang akan dilakukan. Selain itu dapat memberikan kejelasan perbedaan antara penelitian. Berikut ini ada beberapa penelitian sebelumnya yang telah dilakukan:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Sholihah (2018) dengan judul “ Hubungan antara Kekuatan Karakter dengan Kebahagiaan pada Remaja”. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini berupa skala kekuatan karakter dan skala kebahagiaan. Teknik pengambilan sampel menggunakan *proportionate Stratified Random Sampling*. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis *product moment* dengan diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,658 dengan signifikan 0,000, karena signifikan 0.000 dibawah 0.05 maka H_a diterima.
2. Penelitian oleh Fauqiyah (2010) dengan judul “Hubungan Religiusitas dengan *Happiness* pada Remaja Panti Asuhan”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan responden penelitian berjumlah 90 orang yang ditentukan dengan pengambilan sampel *nonprobability* dengan teknik *purposive sampling*. Data yang diperoleh dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik korelasi spearman.
3. Penelitian oleh Basith (2016) dengan judul “Hubungan Antara Religiusitas Dengan *Authentic Happiness* Pada Jama’ah Maulid Wat Ta’alim Riyadlul Jannah Malang“. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara religiusitas dengan *authentic happiness* pada jama’ah wat ta’lim riyadlul Jannah dususn Jatisari, hal tersebut terlihat dari nilai korelasi $r = 0,672$ nilai $p = 0,000$ yang berada pada taraf signifikansi 0,01 sehingga $p < 0,01$, dengan demikian disimpulkan bahwa hipotesis diterima.
4. Penelitian oleh Hapsari (2015) dengan judul “Hubungan Antara Religiusitas Dengan Kebahagiaan Pada Siswa Siswi Di SMA Muhammadiyah 1 Klaten”. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *Cluster Random*

Sampling, dianalisis menggunakan korelasi *product moment pearson*. Maka diperoleh hasil nilai koefisien (r) sebesar 0,459 dengan $p\ value = 0,000 < 0,01$ yang berarti ada hubungan positif yang signifikan antara religiusitas dengan kebahagiaan pada remaja.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Akmal & Nurvianti (2009). Dengan Judul “Kekuatan Karakter dan Kebahagiaan Pada Suku Minang”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data, menggunakan teknik analisis statistic regresi berganda. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 165 orang suku minang, hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kekutan karakter dengan kebahagiaan pada suku minang.





BAB II

Tinjauan Pustaka

A. Kebahagiaan

1. Pengertian Kebahagiaan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2003) kebahagiaan adalah kebahagiaan dan ketenangan hidup (lahir dan batin) yang meliputi kemujuran yang bersifat lahir dan batin. Dalam *An English Indonesia Dictionary* (1975) kebahagiaan atau *happiness* adalah perasaan senang, tenang dan damai. Sehingga kebahagiaan dapat diartikan perasaan tentram, bahagia, tenang serta keberhasilan yang dirasakan oleh individu.

Menurut Seligman (2013) kebahagiaan adalah suatu keadaan yang dialami oleh seorang individu yang mengandung unsur peristiwa menyenangkan dan cenderung melupakan peristiwa yang tidak menyenangkan. Kebahagiaan menggambarkan perasaan positif yang dirasakan oleh seorang individu. Seseorang dapat dikatakan memiliki kebahagiaan yang sejati adalah ketika mereka mampu mengidentifikasi, mengolah atau melatih kekuatan dasar yang dimilikinya dan menggunakannya dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut Aristoteles (Williams dkk, 2006), kebahagiaan merupakan bentuk kesempurnaan, sehingga banyak upaya yang dilakukan untuk mencapainya. Aristoteles (Adler, 2003) menyatakan bahwa *happiness* atau kebahagiaan berasal dari kata "*happy*" atau bahagia yang berarti *feeling good, having fun, having a good time*, atau sesuatu yang membuat pengalaman yang menyenangkan. Sedangkan orang yang bahagia menurut Aristoteles (Rusydi, 2007) adalah orang yang mempunyai *good birth, good health, good look, good luck, good reputation, good friends, good money and goodness*.

Lebih lanjut menurut Hurlock (2003) kebahagiaan timbul karena adanya pemenuhan harapan dan kebutuhan. Karena harapan dan kebutuhan individu yang berbeda-beda,

sehingga kebahagiaan dianggap sebagai sesuatu yang bersifat subjektif. Hal ini karena bergantung pada latar belakang jenis kelamin, budaya, dalam setiap rentang kehidupan. Kebahagiaan sangat dirasakan oleh setiap individu ketika ia mampu menyesuaikan diri dengan harapan sosial dan peran yang baru pada setiap periode perkembangan, serta bagaimana lingkungan tersebut dapat memberikan kebutuhan, apabila penemuan kebutuhan dan penyesuaian diri tersebut tidak tercapai maka seorang individu akan merasakan tidak bahagia.

Selain itu John Stuart Mill (Eddy, 2007) menyatakan bahwa kebahagiaan adalah kesenangan dan berakhirnya dengan penderitaan. Selanjutnya menurut Myers (2012) juga mengatakan ada empat tanda yang ada pada orang yang memiliki kebahagiaan dalam hidupnya yakni orang yang optimis, terbuka, menghargai dirinya sendiri dan mampu mengontrol diri sendiri.

Ika (2017) menjelaskan bahwa kebahagiaan sebagai bentuk untuk mengevaluasi afektif dan kognitif individu yang mencakup kepuasan hidup secara keseluruhan, adanya efek positif, dan tidak adanya efek negatif (Diener 2009 & Argly 2001). Menurut Lopez dan Snyder (2007) mengartikan bahwa kebahagiaan sebagai emosi yang baik dinilai dengan secara subjektif sehingga individu merasakan kebahagiaan dengan cara berbeda tergantung pada sudut pandang dari individu masing-masing.

Friedman & Schustrack (2006) menyebutkan bahwa Individu yang bahagia tidak akan terlalu terganggu apabila teman sebaiknya melakukan sesuatu lebih baik dibandingkan dirinya, sementara individu yang tidak bahagia merasa kecewa dengan keberhasilan teman sebayanya, dan merasa lega apabila temannya gagal. Individu yang bahagia akan mencari informasi yang merupakan “kabar baik” tetapi tidak terlalu khawatir dengan bagaimana mereka dibandingkan dengan orang lain. Orang yang bahagia cenderung memikirkan dan mengingat kejadian positif dalam kehidupan mereka. Orang yang tidak bahagia cenderung

mengingat kejadian negatif dan memikirkan tentang masalah dan kelonggaran yang mereka alami (Lyubomorsky, 2001; Lyubomorsky & Ross, 1999).

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan adalah kesenangan dan ketenteraman hidup yang dialami oleh seseorang individu yang mengandungi unsur peristiwa menyenangkan dan cenderung melupakan peristiwa yang tidak menyenangkan. Seorang individu dikatakan bahagia ketika mampu melaksanakan tugas perkembangannya dengan baik dan mampu untuk menikmati pengalaman-pengalamannya yang disertai dengan tingkat kebahagiaan.

2. Aspek-Aspek Kebahagiaan

Menurut Seligman (2005) terdapat tiga aspek yang menjadi sumber kebahagiaan pada setiap individu, yaitu:

a. Kepuasan masa lalu

Berbagai macam munculnya dari emosi pada masa lalu seperti keikhlasan, kedamaian, kebanggan, kelegaan, kekesalan yang pernah hilang ataupun perasaan marah yang penuh dendam dan terangkup dalam memori kepala. Biasanya emosi yang sering muncul terhadap seseorang sebagai factor pemicunya berasal dari kenangan masa lalu yang tersimpan didalam memori individu.

Lalu bagaimana seseorang bisa melupakan kenangan masa lalu yang menyakitkan serta emosi yang negatif pada diri individu tersebut, menurut Seligman (2002) dengan cara melupakan kenangan yang kurang baik maupun kenangan yang pahit, memaafkan dan harus bersyukur. Namun hingga sekarang belum ditemukan cara yang sangat efektif untuk meningkatkan proses membuang kenangan memori yang buruk.

b. Kebahagiaan masa sekarang

Seligman (2005) mengatakan bahwa kebahagiaan sekarang didasari keadaan yang berbeda dari masa lalu dan masa depan. Terdapat dua hal yang mengenai kebahagiaan masa sekarang, yaitu adanya kenikmatan dan *gratification*.

Kenikmatan ialah kesenangan yang dimiliki unsur indrawi yang jelas dan unsur emosi yang kuat yang biasa disebut oleh filosofi sebagai “perasaan-perasaan dasar” seperti perasaan senang, riang, bergairah dan nyaman. Semua itu hanya sementara dan hanya sedikit yang melibatkan pemikiran dan ada juga yang tidak melibatkan sama sekali. Sedangkan *gratification* ialah datang dari kegiatan yang tidak mesti yang didasari dari sifat-sifat manusia.

c. Optimisme akan masa depan

Optimisme adalah ekspektasi bahwa apa yang akan terjadi hal baik dibandingkan hal buruknya di masa yang akan datang (Carr, 2004). Optimis terhadap masa depan berarti harapan terhadapnya. Membuat tujuan dan harapan masa depan merupakan bentuk optimis dari masa depan. Orang yang membuat tujuan untuk masa depan akan lebih senang jika tujuan hidupnya terlaksana. Jika sebaliknya tidak akan mudah tertekan karena sudah merasa mencoba dengan semaksimal mungkin.

Adapun aspek-aspek kebahagiaan menurut Shaver dan Feedman (Maharani, 2015) ada tiga yakni:

1) Sikap menerima

Shaver dan Feedman (Maharani, 2015) bergagasan bahwa kebahagiaan ialah bagaimana individu menilai keadaan diri sendiri bukan membandingkan dengan orang lain. Kebahagiaan tergantung sikap menikmati dan menerima keadaan orang lain dan apa yang dimilikinya.

2) Kasih sayang (*affection*)

Kasih sayang ialah keadaan yang normal yang dialami manusia. Kasih sayang berawal dari sikap menerima orang lain terhadap diri sendiri. Semakin diterima baik oleh orang lain, makin akan semakin banyak pula kasih sayang yang diinginkan. Dengan hal tersebut maka banyak kasih sayang yang dirasakan, dan makin banyak juga kebahagiaan yang dirasakan individu.

3) Prestasi (*achievement*)

Prestasi ialah tercapainya sebuah tujuan seseorang. Kebahagiaan akan datang seiring adanya prestasi yang diraihinya. Jika individu mempunyai tujuan yang kurang nyata, maka akan menimbulkan kegagalan yang mengakibatkan timbulnya rasa tidak bahagia dan kurang puas..

3. Faktor - faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan

Menurut Seligman (Oktavianey, 2016) ada dua faktor yang bisa mempengaruhi kebahagiaan individu, antara lain sebagai berikut :

a. Faktor Eksternal

1. Uang

Kondisi keuangan seseorang bisa mempengaruhi kepuasan dan kebahagiaannya. Akan tetapi, tidak semua individu yang memiliki penghasilan yang banyak, juga di iringi kebahagiaan yang meningkat pula.

2. Kehidupan Sosial

Seligman (2005) menemukan bahwa semua orang yang termasuk dalam 10% orang paling bahagia, sedang terlibat dalam hubungan yang romantis. Orang-orang yang bahagia memilih untuk menghabiskan waktu dengan bersosialisasi dan berinteraksi bukan dengan menghabiskan waktu yang begitu saja.

3. Kesehatan

Kesehatan yang bisa mempengaruhi kebahagiaan ialah kesehatan yang bersifat subjektif. Persepsi subjektif individu terhadap seberapa dirinya sehat merupakan hal yang sangat penting dalam kebahagiaan.

4. Agama dan Religiusitas

Banyak penelitian menunjukkan bahwa individu yang religiusnya lebih tinggi akan mendapatkan kebahagiaan dan lebih puas dengan kehidupannya dibandingkan dengan individu yang

kurang religius. Disebutkan oleh Seligman (2005) bahwa terdapat tiga hal yang berhubungan dengan religiusitas. Pertama, efek psikologis yang ditimbulkan oleh religiusitas cenderung positif, mereka yang religius memiliki tingkat penyalahgunaan obat-obatan, kejahatan, perceraian dan bunuh diri yang rendah. Kedua, adanya kepuasan emosional dari agama berupa dukungan sosial dari mereka yang bersama-sama membentuk kelompok agama yang simpatik. Ketiga, agama berhubungan dengan karakteristik gaya hidup sehat secara fisik dan psikologis dalam kesetiaan pernikahan, perilaku prososial, makan dan minum secara teratur, serta adanya komitmen untuk bekerja keras.

5. Pendidikan, Iklim, Ras dan Gender

Keempat hal ini memiliki pengaruh yang tidak cukup besar terhadap tingkat kebahagiaan individu. Pendidikan dapat sedikit meningkatkan pada individu yang berpenghasilan rendah, karena pendidikan merupakan sarana untuk mencapai pendapatan yang lebih baik. Iklim di daerah dimana individu tinggal dan ras juga tidak begitu memiliki pengaruh terhadap kebahagiaan. Sedangkan gender, antara pria dan wanita tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada kematangan emosinya, namun ini karena wanita cenderung lebih bahagia sekaligus lebih sedih dibandingkan pria.

b. Faktor Internal

1. Kekuatan Karakter / *Character Strength*

Seligman (2005) menyatakan bahwa individu yang memiliki kekuatan karakter dan menerapkan dalam segala bidang kehidupan yang dijalani, maka individu tersebut akan merasakan kepuasan dan kebahagiaan hidup. Menurut Peterson dan Seligman (2004) kekuatan karakter atau *character strengths* merupakan karakter baik yang mengarahkan individu pada pencapaian keutamaan, atau *trait positif* yang

terefleksi dalam pikiran, perasaan dan tingkah laku. Peterson dan Seligman (2004) membagi karakter-karakter positif manusia menjadi 24 kekuatan karakter yang berada di bawah naungan 6 keutamaan. Selain itu, menurut Peterson dan Seligman (2004) kekuatan karakter akan memberikan keluaran nyata seperti kebahagiaan, penerimaan diri (baik diri sendiri maupun orang lain), petunjuk untuk menjalani hidup, kompetensi, penguasaan, kesehatan fisik dan mental, jaringan sosial yang kaya dan suportif, dihargai dan menghargai orang lain, kepuasan kerja, *matterial sufficiency*, serta komunitas dan keluarga yang sehat.

2. Kepuasan terhadap masa lalu

Kepuasan terhadap masa lalu dapat dicapai melalui tiga cara, yakni: melepaskan pandangan masa lalu sebagai penentu masa depan individu, bersyukur terhadap hal-hal baik dalam hidup akan meningkatkan kenangan-kenangan positif dan memaafkan serta melupakan perasaan seseorang masa lalu.

3. Kebahagiaan pada masa sekarang

Kebahagiaan masa sekarang melibatkan dua hal, yakni *Pleasure* dan *Gratification*. *Pleasure* yaitu kesenangan yang memiliki komponen sensori dan emosional yang kuat, sifatnya sementara dan melibatkan sedikit pemikiran. *Gratification* yaitu kegiatan yang sangat disukai oleh individu namun tidak selalu melibatkan perasaan tertentu, dan durasinya lebih lama dibandingkan *pleasure*, kegiatan yang memunculkan gratifikasi umumnya memiliki komponen seperti menantang, menumbuhkan keterampilan, konsentrasi dan bertujuan.

Adapun menurut Hurlock (Maharani, 2015) ada beberapa faktor yang mempengaruhi kebahagiaan, yaitu :

a) Kesehatan

Kesehatan yang baik memungkinkan seseorang melakukan apa yang diinginkan. Namun hal sebaliknya terjadi bila kesehatan buruk terjadi.

Hal tersebut bisa berdampak pada kebahagiaan dan kepuasan hidupnya

b) Tingkat otonomi

Jika otonominya besar maka akan semakin besar juga tingkat kebahagiaan. Dengan adanya kesempatan ini merupakan bentuk aktualisasi dalam upaya pencapaian meraih kebahagiaan dan harapan.

c) Daya tarik fisik

Itulah salah satu alasan individu diterima oleh orang lain. Melalui prestasi dapat diraih, dan daya tarik fisik.

d) Kondisi kehidupan

Kondisi yang memungkinkan individu mengadakan interaksi yang baik dengan orang lain. Dengan adanya interaksi memberikan kepuasan untuk kebutuhan manusia sebagai makhluk sosial.

e) Penyesuaian emosional

Seseorang yang mampu menyesuaikan diri dan bahagia akan lebih mampu menahan emosi negatifnya.

f) Realisme dari konsep diri

Seseorang yang memiliki keyakinan lebih, namun ternyata gagal dalam pencapaian suatu tujuan akan lebih mungkin mengalami ketidakbahagiaan.

4. Kebahagiaan Menurut Perspektif Islam

Dalam Q.S Ar-Rad:29

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ طُوبَىٰ لَهُمْ وَحُسْنُ

مَثَابٍ ﴿٢٩﴾

“Orang-orang yang beriman dan beramal saleh, bagi mereka kebahagiaan dan tempat kembali yang baik”.

Dalam Tafsir al-Mishbah Quraish Shihab menjelaskan bahwa ungkapan “kehidupan yang baik” di atas mengisyaratkan bahwa seseorang dapat memperoleh kehidupan yang berbeda dengan kehidupan yang berbeda dengan kebanyakan orang. Yang perlu digaris bawahi di sini adalah bahwa kehidupan yang baik itu bukan berarti kehidupan mewah yang luput dari ujian, tetapi ia adalah kehidupan yg diliputi rasa lega, kerelaan, serta kesabaran dalam menerima cobaan dan rasa syukur atas nikmat Allah.

Orang yang memiliki kehidupan yang baik tidak merasakan takut yang mencekam atau kesedihan yang melampaui batas, karena dia selalu menyadari bahwa pilihan Allah adalah yang terbaik, dan di balik segala sesuatu ada ganjaran yang menanti.

Dalam Q.S An-Nahl : 97

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أَنَّىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيٰوةً طَيِّبَةً ۖ وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا

يَعْمَلُونَ ﴿٩٧﴾

“barang siapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan kami berikan kepadanya kehidupan yang

baik dan sesungguhnya akan kami beri balasan kepada mereka dengan pahala uang baik dari pada apa yang telah mereka kerjakan”.

Menurut tafsir Al-Jalalain, menjelaskan bahwa “barang siapa yang mengerjakan amal saleh baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan kami berikan kepadanya kehidupan yang baik” menurut suatu pendapat dikatakan bahwa yang dimaksud adalah kehidupan dunia, yaitu dengan mendapatkan rasa qana’ah atau menerima apa adanya atau ia mendapatkan rezeki yang halal (dan sesungguhnya akan kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan).

Kehidupan bahagia dan sejahtera di dunia ini adalah suatu kehidupan di mana jiwa manusia memperoleh ketenangan dan kedamaian karena merasakan kelezatan iman dan kenikmatan keyakinan. Jiwanya penuh dengan kerinduan janji Allah, tetapi rela dan ikhlas menerima takdir. Jiwanya bebas dari perbudakan duniawi, dan hanya tertuju kepada Tuhan Yang Maha Esa, serta mendapatkan limpahan cahaya darinya jiwanya selalu merasa puas terhadap segala yang diperuntukkan baginya, karena ia mengetahui bahwa rezeki yang diterimanya itu adalah hasil dari ketentuan Allah SWT. adapun diakhirat dia akan memperoleh balasan pahala yang besar dan paling baik dari Allah karena kebijaksanaan dan amal saleh yang telah diperbuatnya serta iman yang bersih yang mengisi jiwanya.

Menurut M. Iqbal dalam bukunya “panduan meraih kebahagiaan menurut Al-Qur’an” menyebutkan ada empat cara mendapatkan kebahagiaan :

1) Ridha

Ridha dapat menentramkan jiwa manusia dan memasukkan faktor kebahagiaan dan kelembutan di dalam jiwa. Seseorang yang ridha dan menerima apa yang dipikirkan Allah untuknya, pasti mengetahui

bahwa pilihan Allah adalah sesuatu yang terbaik baginya dalam segala situasi dan kondisi.

2) Rendah hati

Seseorang yang rendah hati akan memberikan kemudahan bagi orang lain. Untuk semakin dekat dengan Allah dan meraih kebahagiaan dimulai dengan meninggalkan kesombongan yang selalu muncul dalam diri. Hal yang melandasi pelepasan sikap kesombongan pada diri adalah mengagungkan Allah sekaligus menunjukkan hakikat diri kita yang hina, kelemahan, kekurangan, mengakui segala kekurangan dan aib.

3) Zikir

Berdzikir kepada Allah merupakan kualitas hati dan jiwa yang diperoleh melalui latihan dan upaya sungguh-sungguh untuk mendekatkan diri kepadanya.

4) Berdoa

Doa adalah tali penghubung antara seorang hamba dan tuhan. Dengan berdoa individu akan mengetahui hakikat dirinya sebagai seorang yang lemah dan sangat membutuhkan Allah sebagai penolongnya.

B. Religiusitas

1. Pengertian Religiusitas

Religiusitas menurut Fetzer, 1999 (Susanti, 2017) adalah sesuatu yang lebih menitik beratkan pada masalah perilaku, sosial, dan merupakan sebuah ajaran dari setiap agama atau golongan yang dimiliki dan diikuti oleh setiap pengikutnya. Sedangkan menurut Ancok dan Suroso (1995), dibangun dalam berbagai sisi kehidupan. kegiatan peribadatan tidak hanya berhubungan dengan kegiatan yang jelas terlihat, tetapi juga kegiatan yang terjadi dalam hati seseorang yang semua orang tidak dapat mengetahuinya.

Religiusitas adalah keyakinan yang kuat terhadap apa yang terjadi pada kehidupan manusia itu semata-mata adalah takdir dari Allah SWT (Sari L.M., 2013). Religiusitas adalah tingkat pengetahuan seseorang terhadap agama yang

dianutnya serta suatu tingkat pemahaman yang menyeluruh terhadap agama yang dianutnya (Glock & Stark, 1970).

Menurut Jalaluddin, Religiusitas adalah suatu keadaan yang ada dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk bertindak laku sesuai dengan kadar ketaatannya terhadap agama. Religiusitas merupakan perilaku yang bersumber langsung atau tidak langsung kepada *Nash*.

Perilaku religiusitas adalah perilaku yang berlandaskan keteguhan suara hati serta rasa keterikatan kepada Rabbnya, diciptakan dalam bentuk kuantitas dan kualitas peribadatan serta norma yang mengatur hubungan dengan Rabbnya, hubungan sesama manusia, serta hubungan dengan lingkungan (Rahman, 2009).

Ansari (1986) mengartikan *religi*, agama (*ad-din*) sebagai aturan keyakinan atas dasar sesuatu yang sepenuhnya diluar diri manusia dan merupakan tata peribadatan manusia kepada yang diyakininya, serta aturan norma yang mengatur hubungan dengan manusia, manusia dengan alam dengan aturan keyakinan dan tata peribadatan. Sedangkan religiusitas dan agama tidak dapat dipisahkan, karena religiusitas lebih menunjukkan kepada aspek kualitas dari manusia yang beragama (Mangunwidjaya, 2008)

Sarwono (2013) menyebutkan bahwa Religiusitas, yaitu kepercayaan terhadap kekuasaan suatu zat yang mengatur alam semesta ini adalah sebagian dari moral, sebab dalam moral sebenarnya diataur segala perbuatan yang dinilai tidak baik sehingga perlu di hindari.

Berdasarkan definisi diatas dapat disimpulkan bahwa religiusitas adalah perilaku, *social*, dan merupakan ajaran dari setiap agama atau golongan yang dimilikinya, religiusitas juga mengikat, maksudnya keterikatan kepada Rabbnya yang berisi norma-norma serta kewajiban-kewajiban yang harus ditunaikan dalam berbagai sisi kehidupan dalam bentuk kuantitas serta kualitas peribadatan hubungan dengan Rabbnya, hubungan antar sesama manusia, serta hubungan dengan lingkungannya.

2. Aspek-Aspek Religiusitas

Dalam sebuah laporan penelitian yang diterbitkan oleh John E. Fetzer Institute, 1999 (Subhan, 2011) yang berjudul *Multidimensional Measurement of Religiousness, Spirituality for Use in Health Research* menjelaskan dua belas dimensi religiusitas, yaitu; *Values, Beliefs, Forgiveness, Religious/Spiritual coping, Religious Support, Commitment*. Satu persatu dijelaskan berikut ini :

- a. Konsep *value* menurut Idler (Fetzer, 1999) adalah pengaruh keimanan terhadap nilai-nilai hidup, seperti mengajarkan tentang saling melindungi, saling menolong, nilai cinta, dan sebagainya.
- b. Konsep *belief* menurut Idler (Fetzer, 1999) merupakan sentral dari religiusitas. Religiusitas merupakan keyakinan akan konsep-konsep yang dibawa oleh suatu agama.
- c. Dimensi *forgiveness* menurut Idler (Fetzer, 1999) mencakup lima dimensi turunan, yaitu :
 1. Pengakuan dosa (*Confession*).
 2. Merasa diampuni oleh Tuhan (*feeling forgiven by God*).
 3. Merasa dimaafkan oleh orang lain (*feeling forgiven by others*).
 4. Memaafkan orang lain (*forgiving others*).
 5. Memaafkan diri sendiri (*forgiving one self*)

Namun posisi dimensi *forgiving others* tidak sama dengan *forgiveness* sebagai dependen variabel. Dimensi *forgiving others* pada dimensi religiusitas yang dimaksud adalah sikap memaafkan yang lebih terkait dengan keberagamaan, motivasi memaafkan lebih pada motivasi mengharapakan pahala dan menjauhkan dosa karena membalas dendam merupakan perbuatan tercela dan memaafkan adalah anjuran dalam agama.

- d. *Religious/spiritual coping* menurut Pragament (Fetzer, 1999) merupakan *coping stress* dengan menggunakan pola dan metode religius. Seperti dengan berdoa, beribadah untuk menghilangkan stres, dan sebagainya.

Menurut Pragment 1988 (Fetzer Insitute, 1999) menjelaskan bahwa ada tiga jenis coping secara religius, yaitu :

1. *Deferring Style*, yaitu memeinta penyelesaian masalah kepada Tuhan saja. Yaitu dengan cara berdoa dan meyakini bahwa Tuhan akan menolong hamba-Nya dan menyerahkan semuanya kepada Tuhan.
 2. *Colaborative Style*, yaitu hamba meminta solusi kepada Tuhan dan hambanya senantiasa berusaha untuk melakukan *coping*.
 3. *Self-directing Style*, yaitu individu bertanggung jawab sendiri dalam menjalankan *coping*.
- e. Konsep *religous support* menurut Krause (Fetzer, 1999) adalah aspek hubungan sosial antara individu dengan pemeluk agama sesamanya. Dalam Islam hal semacam ini sering disebut al-Ukhuwah al-Islamiyah.
- f. .Konsep *commitment* menurut Williams (Fetzer, 1999) adalah seberapa jauh individu mementingkan agamanya, komitmen, serta berkontribusi kepada agamanya.

Menurut Glock & Stark (Lutfiah, 2018) ada lima aspek religiusitas antara lain :

a. Dimensi Keyakinan

Dimensi ini mendefinisikan sejauh mana individu berpegang teguh pada pola pikir mengenai agama yang dianut dan membenarkan ajaran tersebut.

b. Dimensi Praktik Ibadah

Maksud dari dimensi ini ialah sejauh mana perilaku individu dalam kepatuhan peribadahan, dan hal-hal yang dilakukan oleh individu untuk meyakinkan komitmen terhadap agama yang dianutnya.

c. Dimensi Penghayatan

Artinya setiap individu yang beragama akan mengalami perasaan-perasaan yang berbeda

dibandingkan dengan sebelumnya ketika iya menjalankan syariat agama. Dimensi ini seolah-olah orang yang sudah menjalankan syariat agama memiliki kontak dengan tuhan

d. Dimensi Pengetahuan Agama

Dimensi ini memberikan sejauh mana seseorang memiliki pengetahuan tentang agama yang dianutnya, misalnya pengetahuan tentang dasar-dasar kitab suci, ritus-ritus dan keyakinan.

e. Dimensi Pengamalan

Dimensi ini merujuk pada akibat yang ditimbulkan dari dimensi ritualistik, eksperensi, intelektual dan ideologis yang dimiliki seseorang dari waktu ke waktu.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Religiusitas

Faktor yang mempengaruhi religiusitas yakni bukan hanya latar belakang pendidikannya saja melainkan ada beberapa faktor lain yang mempengaruhi religiusitasnya, yakni siswa yang berlatar belakang pendidikan umum bukan hanya memperoleh pengajaran agama di sekolah saja, melainkan mereka juga mendapat pelajaran secara informal melalui keluarga, TPQ , kajian keagamaan, dll. Sedangkan yang berlatar belakang pendidikan agama, aktivitas keagamaannya tidak jauh berbeda dengan yang berlatar belakang pendidikan umum.

Thoules (2002) menyebutkan beberapa faktor yang mungkin ada dalam perkembangan sikap keagamaan, yaitu sebagai berikut:

1. Faktor sosial, mencakup semua pengaruh sosial dalam perkembangan sikap keagamaan seperti: pendidikan, tradisi-tradisi sosial, dan lain-lain yang ada pada lingkungannya.
2. Faktor alami, mencakup moral yang berupa pengalaman-pengalaman baik yang bersifat alami, seperti pengalaman konflik moral maupun pengalaman emosional.

3. Faktor kebutuhan, untuk memperoleh harga diri dan kebutuhan yang timbul karena adanya kematian.
4. Faktor intelektual yang menyangkut proses pemikiran verbal terutama dalam pembentukan keyakinan-keyakinan agama.

Menurut Jalaluddin (Dahlina, 2018) ada dua faktor religiusitas iyalah faktor internal dan faktor eksternal, antara lain :

1. Faktor Internal

- a. Faktor hereditas

Hubungan emisonal antara orang tua terutama ibu yang mengandung anaknya sangat berpengaruh religiusitas anak.

- b. Tingkat Usia

Perkembangan agama pada anak-anak ditemukan oleh tingkat usia karena dengan berkembangnya usia anak, maka akan mempengaruhi perkembangan berpikir mereka.

- c. Kepribadian

Kepribadian disebut sebagai identitas diri seorang yang menampilkan ciri-ciri pembeda dari individu lain. Perbedaan tersebut berpengaruh terhadap perkembangan jiwa keagamaan.

- d. Kondisi kejiwaan seseorang

2. Faktor Eksternal

- a. Lingkungan keluarga

- b. Lingkungan masyarakat disekitar tempat tinggal

- c. Lingkungan institusional

C. Kekuatan Karakter

1. Pengertian Kekuatan Karakter

Menurut Chaplin (2011) karakter adalah watak atau sifat. Karakter merupakan suatu kualitas atau sifat yang tetap terus-menerus yang dapat dijadikan ciri untuk mengidentifikasi pribadi individu, suatu objek atau kejadian. Sedangkan karakter menurut forester (Adisusilo, 2014), adalah sesuatu yang mengualifikasi seseorang

pribadi. Karakter menjadi identitas, menjadi ciri, menjadi sifat yang tetap, yang mengatasi pengalaman kontingen yang selalu berubah. Jadi karakter adalah seperangkat nilai yang telah menjadi kebiasaan hidup sehingga menjadi sifat tetap dalam diri seseorang. Misalnya kerja keras, pantang menyerah, jujur, sederhana, dan lain-lain. Karakter mempersyaratkan pentingnya pengendalian diri, dan pengendalian diri justru berakar pada kemampuan menolah rasa secara cerdas. Olah rasa akan mencapai hasil manakala didasari oleh dorongan kemauan (karsa) yang kuat, sehingga tingkah laku tetap berada dalam kendali pikir yang sehat. (Prawitasari, 2012).

Menurut Seligman (Arif, 2018) kekuatan karakter merupakan sifat positif yang terdiri dari karakter yang baik dan dimunculkan individu untuk menghadapi suatu situasi atau kondisi yang ada di lingkungan. Karakter yang baik adalah kualitas dari individu yang membuat individu terus dipandang baik secara moral. Karakter positif tersebut dapat dilihat dari perasaan, pemikiran dan perilaku individu.

Lestari (2016) menyatakan pembentukan karakter yang baik telah menjadi isu sentral dan tujuan utama yang ingin dicapai oleh keluarga, sekolah, dan masyarakat. Park dan Peterson (2006), menyatakan bahwa hasil-hasil penelitian menemukan kekuatan karakter (*character strengths*) berkorelasi negative dengan problem perilaku dan emosi remaja seperti depresi, delinkuensi, dan kekerasan. Sementara Scales dkk. (Park & Peterson, 2006) menyatakan bahwa kekuatan karakter berkorelasi positif dengan luaran yang diharapkan seperti kesuksesan disekolah, perilaku prososial, dan kompetensi. Kekuatan karakter juga mendukung pencapaian kesejahteraan (*well being*) dan kebahagiaan individu (Park, Peterson, & Seligman, 2004; Park & Peterson, 2006).

Salah satu tokoh islam juga berpendapat mengenai karakter, yakni Imam Al Ghazali (Mansur, 2007: 227). Menurut Imam Al Ghazali, karakter merupakan akhlak. Sehingga karakter atau akhlak ini merupakan suatu sifat

yang tertanam dalam jiwa manusia, yang dari dirinya muncul perbuatan yang mudah dikerjakan tanpa melalui pertimbangan akal pikiran. Akhlak merupakan suatu alat yang digunakan untuk mengoptimalkan sumber daya potensi untuk mencapai kesejahteraan hidup manusia baik di dunia maupun di akhirat.

Terdapat banyak kekuatan karakter yang ada, namun individu hanya mampu menggunakan beberapa kekuatan karakter saja ketika dihadapkan pada situasi tertentu, sehingga tidak semua kekuatan karakter dimunculkan dalam satu waktu. Misalnya ketika individu dihadapkan dalam situasi sulit mengenai keuangan, maka individu tersebut akan berusaha menghadapi situasi sulit tersebut dengan ketekunan. Ketekunan merupakan salah satu kekuatan karakter yang berada pada *virtue* keteguhan hati (Peterson dan Seligman, 2004).

Berdasarkan dari definisi diatas maka dapat disimpulkan bahwa kekuatan karakter adalah watak atau sifat yang terus-menerus yang dapat dijadikan ciri khas untuk mengidentifikasi pribadi individu, suatu objek atau kejadian. Karakter yang baik dari individu bisa membuat individu terus dipandang baik secara moral.

2. Aspek-Aspek Kekuatan Karakter

Menurut Menurut Seligman & Peterson (Arif, 2018) terdapat enam aspek kekuatan karakter, yaitu :

- a. Kebijakan dan pengetahuan
Dalam mencapai kehidupan yang baik, hal yang menjadi landasan dan proses kemampuan kognitif adalah sebuah ilmu pengetahuan.
- b. Keteguhan hati
Virtue keteguhan hati merupakan *virtue* kedua yang dipahami sebagai kemampuan emosi untuk mencapai tujuan.
- c. Kemanusiaan dan cinta kasih
Kemanusiaan merupakan *virtue* ketiga yang dipahami sebagai sifat positif yang berwujud sebagai kemampuan menjaga hubungan interpersonal.

Kemanusiaan adalah kemampuan untuk mencintai, berbuat kebaikan sehingga mampu beradaptasi dengan lingkungan, awalnya dibangun melalui hubungan interpersonal yang kemudian meluas pada hubungan sosial.

d. Keadilan

Keadilan merupakan virtue keempat yang didefinisikan sebagai kemampuan untuk memperhatikan hak-hak dan kewajiban individu dalam kehidupan komunitas.

e. Kesederhanaan

Virtue kelima yang dikemukakan ini berkaitan dengan kemampuan untuk menahan diri dan tidak melakukan sesuatu yang dianggap berlebihan.

f. Transendensi

Transendensi merupakan kekuatan karakter terakhir yang dikemukakan oleh Peterson dan Seligman (2004), kekuatan karakter ini berkaitan dengan kemampuan menjalin hubungan dengan kekuatan semesta yang lebih besar serta dalam memaknai kehidupan individu tersebut.

3. Faktor-Faktor Kekuatan Karakter

Menurut Arif (2018) terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pembentukan kekuatan karakter yang dipercaya sebagai kunci kebahagiaan yaitu:

a. *Situational Theme*

Situational themes merupakan situasi-situasi yang mendorong seseorang untuk menampilkan kekuatan karakter dengan cara tertentu, sehingga kekuatan karakter yang sama bisa ditampilkan secara berbeda.

b. *Positive Emotions*

Positive emotions adalah suatu keadaan yang mengandung unsur kesenangan dan kebahagiaan, emosi positif mendorong seseorang untuk melakukan kembali suatu tingkah laku yang pernah memberikan efek positif.

c. *Engagement*

Engagement merupakan sebuah jalan hidup dimana seseorang tidak hidup bagi dirinya sendiri

melainkan mengikatkan diri dengan sukarela pada seseorang atau kelompok yang memiliki tujuan sehingga hal ini membuat seseorang dapat berfungsi secara optimal dan mendayagunakan semua kebaikan yang dimilikinya.

d. Positive Relationship

Positive relationship merupakan suatu hubungan baik yang terjalin pada seorang individu baik dengan keluarga, kerabat maupun orang lain yang karenanya seseorang tidak merasakan kesepian dan selalu merasakan kasih sayang yang memadai dan hal ini dapat membentuk fondasi karakter dari seorang individu.

D. Hubungan antara Religiusitas dan Kekuatan Karakter Terhadap Kebahagiaan

Menurut Seligman (Arif, 2018) kebahagiaan merupakan keadaan dimana seorang individu merasakan peristiwa-peristiwa menyenangkan dan individu tersebut cenderung melupakan peristiwa kurang menyenangkan yang terjadi di dalam hidupnya. Kebahagiaan sebagai penilaian subjektif dan global individu dalam menilai dirinya sendiri sebagai individu yang bahagia atau tidak. Kebahagiaan merupakan pengalaman suka cita, kepuasan, kesejahteraan positif yang dikombinasikan dengan perasaan bahwa hidup adalah baik, bermakna, dan bermanfaat (Lyubomirsky, 2001).

Kebahagiaan sebagian besar berada bawah control individu melalui kegiatan-kegiatan yang dipilih dan bagaimana individu menghadapi situasi dalam kehidupan, sehingga kebahagiaan dapat dirasakan bukan hanya dari hal-hal yang menyenangkan saja, tetapi kebahagiaan juga dapat dirasakan dari peristiwa yang tidak menyenangkan (Lyubomirsky, Sheldon & Schkade, 2005). Terdapat dua faktor kebahagiaan antaranya, faktor eksternal dan faktor internal. Salah satu dari faktor eksternal adalah religiusitas, dan faktor internal salah satunya adalah kekuatan karakter.

Daradjat, 1995 (mayasari, 2014). Menyatakan bahwa religiusitas yang paling penting adalah seseorang dapat merasakan dan mengalami secara batin tentang tuhan. Hari

akhir dan komponen agama yang lain. Sedangkan menurut Seligman (2002) kekuatan karakter adalah dimana individu memiliki karakter positif maupun negatif. Namun, yang dimaksud dengan kekuatan karakter adalah karakter positif yang membawa individu kepada perasaan yang positif.

Berdasarkan hasil pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan bisa dirasakan ketika individu mampu menghadapi situasi dalam kehidupan baik situasi menyenangkan maupun situasi tidak menyenangkan. Maka diketahui juga bahwa religiusitas dan kekuatan karakter ada hubungannya dengan kebahagiaan. Hal tersebut didukung adanya hasil riset penelitian sebelumnya yakni :

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Zaenab Pontoh & M. Farid dalam jurnalnya yang berjudul “Hubungan Antara Religiusitas dan Dukungan Sosial dengan Kebahagiaan Pelaku Konversi Agama”. Hasil penelitian membuktikan bahwa ada hubungan religiusitas dan dukungan sosial dengan kebahagiaan pelaku konversi agama. Variabel religiusitas dan dukungan sosial berkorelasi dan memiliki prediksi positif terhadap kebahagiaan.

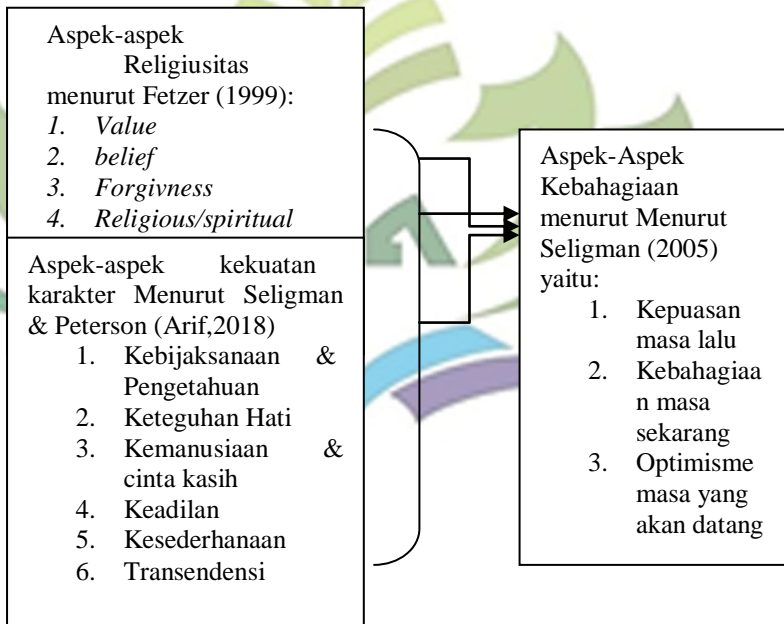
Penelitian serupa yang pernah dilakukan oleh Mayasar (2014) dalam jurnalnya yang berjudul “Religiusitas Islam Dan Kebahagiaan (Sebuah Telaah dengan Perspektif Psikologi)” menyatakan bahwa Religiusitas Islam menunjukkan bahwa keberagamaan seseorang tidak terlepas dengan spiritualitas yaitu pengalaman kedekatan terhadap sang Khalik. Religiusitas Islam menawarkan kesejahteraan atau kebahagiaan yang mengarah kepada kehidupan yang bermakna bukan sekedar lebih banyak mengalami perasaan positif daripada perasaan negative dan mengalami kepuasan hidup yang subyektif.

Adapun peneliti-peneliti sebelumnya yang pernah dilakukan oleh Sari dan Fivi (2009) dalam jurnal yang berjudul “Hubungan Kekuatan Karakter terhadap Kebahagiaan pada Suku Minang” mengemukakan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan karakter dengan kebahagiaan. Kekuatan karakter yang signifikan memberikan sumbangan

terhadap kebahagiaan pada suku Minang adalah *bravery*, *Vitality*, dan *hope*.

Serupa dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Herlani Wijayanti & Fivi Nurwianti (2010) dalam jurnalnya yang berjudul “Hubungan Kekuatan Karakter terhadap Kebahagiaan pada Suku Jawa” terdapat hasil menunjukkan ada hubungan antara kekuatan karakter dan kebahagiaan pada suku Jawa dan kekuatan karakter memberi sumbangan yang bermakna (signifikan) terhadap kebahagiaan suku Jawa, tingkat kebahagiaan suku Jawa berada di atas rata-rata.

E. kerangka Pikir



Bagan 1. Kerangka Pikir

Bagan hubungan religiusitas dan kekuatan karakter dengan kebahagiaan.

Kebahagiaan dapat diartikan sebagai emosi positif serta aktivitas positif yang disukai oleh individu. Diener (2009) menyebutkan kebahagiaan adalah suatu keadaan yang

menggambarkan bahwa individu dapat memfungsikan kapasitas-kapasitas yang ada pada dirinya secara optimal dalam menjalankan kehidupannya. Faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan dibagi menjadi dua yaitu faktor internal dan faktor eksternal, faktor internal antara lain : kekuatan karakter, kepuasan terhadap masa lalu, dan kebahagiaan masa sekarang. Sedangkan faktor eksternalnya antara lain : uang, kehidupan sosial, kesehatan, agama atau religiusitas, pendidikan dan ras.

Menurut Seligman (Oktavianey, 2016) individu yang bahagia dipengaruhi oleh faktor yang ada di di luar diri seseorang antara lain religiusitas. Menurut Drijarkara (Basith, 2016) kata religi berasal dari bahasa latin religio yang akar katanya religare yang berarti mengikat. Maksudnya adalah suatu kewajiban-kewajiban atau aturan-aturan yang harus dilakukan, yang semua ini berfungsi untuk mengikat dan mengutuhkan diri seseorang atau sekelompok orang dalam hubungannya dengan tuhan atau sesama manusia, serta alam sekitar. Hal inilah yang bisa membuat inidvidu merasakan kebahagiaan.

Tidak hanya religiusitas terdapat faktor lain yang menepengaruhi kebahagiaan dari dalam diri seserorang yaitu kekuatan karakter, kekuatan karakter merupakan trait positif yang terdiri dari karakter yang baik dan memunculkan individu untuk menghadapi suatu kondisi tertentu, seperti mengalami kesulitan. Karakter yang baik adalah kualitas dari individu yang membuat individu dipandang baik secara moral. Karakter positif dapat dilihat dari perasaan, pemikiran dan perilaku individu (Seligman, 2004).

Berdasarkan dari penjelasan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa religiusitas dan kekuatan karakter merupakan suatu perasaan individu yang bisa menimbulkan kebahagiaan seseorang dari dalam diri maupun dari luar diri seseorang, tidak hanya itu individu yang baik bisa dilihat dari hubungannya dengan tuhan, manusia serta pemikiran dan perilaku yang baik pula dari individu tersebut.

F. Hipotesis

Berdasarkan kerangka pikir diatas, maka dapat dirumuskan hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Ada hubungan antara Religiusitas (X1) dengan kebahagiaan pada Mahasiswa (Y).
2. Ada Hubungan antara Kekuatan Karakter (X2) dengan Kebahagiaan pada Mahasiswa (Y)
3. Ada hubungan antara Religiusitas (X1) dan Kekuatan Karakter (X2) dengan Kebahagiaan pada Mahasiswa (Y)



DAFTAR PUSTAKA

- Aulia C. (2017). Hubungan Antara Religiusitas Dengan Kebahagiaan. *Proposal Penelitian*. Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada Yogyakarta.
- Ahmadiy. (2016). Islam Kaffah: Tinjauan Tafsir Q.S Al-Baqarah:208. Program Studi Ilmu Al-qur'an dan Tafsir. *Skripsi*. Fakultas Syari'ah dan Hukum. UNSIQ
- Ariska, D. Dkk. (2020). Makna Kebahagiaan Pada Mahasiswa Perempuan Di Era Millennials. *Psikosilamedia: Jurnal Psikologi*. 5(1).
- Basith, A. (2016). Hubungan Antara Religiusitas Dengan *Authentic Happiness* Pada Jama'ah Maud'ud Wat Ta'alim Riyadlul Jannah Malang (*Doctor dissertation*, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim)
- Dahlina M. (2018). Analisis tingkat Religiusitas Terhadap Etika Bisnis Pedagang Muslim Pasar Induk Lambaro Aceh Besar. *Skripsi*. Fakultas ekonomi dan Bisnis Islam. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.
- Fauqiyah, E. (2010). Hubungan Religiusitas dengan *Happiness* pada Remaja Panti Asuhan. *Skripsi*. Program Studi Psikologi. Fakultas psikologi. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Friedman, H.S & Schustrack, M.W. (2006). *Kepribadian*. PT Gelora Aksara Pratama, Jakarta.
- Hafsari, D. F. (2015). Hubungan Antara Religiusitas Dengan Kebahagiaan Pada Siswa Sisiwi Di SMA Muhammadiyah 1 Klaten. *Naskah Publikasi*. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Handayani F. (2010). Hubungan Antara Kekuatan Karakter Dengan Resiliensi Residen Narkoba Di Unit Pelaksana Teknis (UPT) Terapi Dan Rehanilitasi Badan Narkoba Nasional Lido. *Skripsi*. Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Hidayatullah Jakarta.
- Hurlock, E. B. (2003). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Edisi 5. Jakarta: Erlangga.

- Herbyanti D. (2009). Kebahagiaan (Happiness) Pada Remaja Di Daerah Abrasi. *Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*, Vol. 11, No. 2.
- Ika, dkk (2017). *Psychology for daily life*. PT Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Khairunnisa A. (2016). Hubungan Religiusitas Dengan Kebahagiaan Pada Pasien Hemodialisa Di Klinik Hemodialisa Muslimat Nu Cipta Husada. *Jurnal Ilmiah Psikologi* Volume 9. No. 1.
- Lestari S. (2016). *Psikologi Keluarga*. Prenadamedia Group, Jakarta.
- Lutfiah A. (2018). Hubungan Antara Religiusitas dengan Penyesuaian Diri di Sekolah Pada Siswa SMP Negeri 1 Porong-Sidoarjo. *Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. .
- Maharani, D. (2015). Tingkat Kebahagiaan (Happiness) Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta. *Skripsi*. Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Mayasari, R. (2014). Religiusitas islam dan kebahagiaan (sebuah telaah dengan perspektif psikologi). *Jurnal. Al-Munzir*, 2014, 7.2:81-100.
- Oktavianey N. (2016). Perbedaan Tingkat Kebahagiaan Ditinjau Dari Status Pendidikan Remaja Di Daerah Pertambangan Kecamatan Monterado Kabupaten Bengkayang Kalimantan Barat. *Skripsi*. Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Pontoh, Farid M. (2015). Hubungan Antara Religiusitas dan Dukungan Sosial dengan Kebahagiaan Pelaku Konversi Agama. *Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 4, No. 01.
- Prawitasari J E. (2012). *Psikologi Terapan*. PT Gelora Aksara Pratama, Jakarta.
- Putri, N.T. (2020). Hubungan Religiusitas dengan Kebahagiaan remaja di Yayasan Yatim Piatu AS Sidiyyah Malang. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Rahmanto K. (2016). Pengaruh Tingkat Religiusitas Kealitas Pelayanan Dan Promosi Terhadap Minat Masyarakat Desa Sraten Kabupaten Semarang untuk di Bank Syariah. *Skripsi*.

Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Islam. Institut Agama Islam Negeri.

- Ramadhan, A. F. (2014). Hubungan Antara Religiusitas dengan Kebahagiaan pada Mahasiswa Bidikmisi Universitas Gadjah Mada (*Doctoral dissertation*, Universitas Gadjah Mada).
- Ranggayani, R. (2017). Hubungan Religiusitas dan Persahabatan dengan Kebahagiaan Mahasiswa Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Gajah Putih Takengon. *Tesis*. Program studi magister psikologi. Universitas Medan Area
- Rifqi. (2011). Hubungan Antara Sikap Religiusitas Dengan Sikap Terhadap Pornoaksi Pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi (STIE) Perbanas. *Skripsi*. Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Hidayatullah Jakarta.
- Salavera C, Dkk. (2017). *Differences in happiness and coping with stress in Secondary Education students. Procedia Social and Behavioral Sciences*. 237 1310 -1315.
- Sarwono S W. (2013). *Psikologi Remaja*. PT Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic Happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New york: Free Press.
- Seligman, Martin (2013) *Authentic Happiness*; Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif. Terjemahan. Bandung: PT Mizan Pustaka
- Sholihah H. (2018). Hubungan Kekuatan Karakter Dengan Kebahagiaan Pada Remaja. *Skripsi*. Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Dan Kesehatan, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
- Subhan, T. S. (2011). Pengaruh dimensi-dimensi religiusitas terhadap penerimaan orang tua anak autis di bekasi barat. *Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Sudaryono. (2018). *Metodologi Penelitian*. PT Raja Grafindo Persada,. Depok.
- Susanti, R. Salamah, R. (2017). *The Role Of Religiosity: keikutsertaan dalam pembinaan keislaman mahasiswa dan*

- implikasinya terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa tahun pertama. *Jurnal Psikologi Islam*, vol.4, No.2.
- susilo S. (2014). *Pembelajaran Nilai-Karakter*. PT Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Utami. P. (2019). Hubungan harga diri dan religiusitas dengan perilaku menyontek pada siswa. *Skripsi*. Program Studi Psikologi Islam. Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama. UIN Raden Intan Lampung.
- Wijayanti, Nurwianti Fivi. (2010). Kekuatan Karakter Dan Kebahagiaan Pada Suku Jawa. *Jurnal Psikologi* Volume 3, No. 2.

